



باللغة العربية

خاص بالمقبلات Samira

1



cuisine4arabe

متعة... المشاركة



الإيداع القانوني : 2010-2453
ر.د.م.ك : 8-099-27-9947-978
31، شارع وزان محمد برج الكيكان
الجزائر

هاتف/ فاكس : 021 21 11 03
021 20 33 99

نشر الويشة، الجزائر
حقوق الترجمة، الإقتباس،
التقليد محفوظة في كل بلد
كل محتويات الكتاب لا يمكن
تقليدها لأغراض تجارية
دون موافقة المؤلف.



الفهرس

خاص بالمقبلات



16

شو بورغر



14

مولات صغيرة
بالتشككشوكة



12

باركات بالجمبري
و الكراب



10

كروكات البطاطا بالسمنك



8

الفاريتاس



6

هامبرغر صغير بالدجاج



4

كورنيات بالجمبري



2

أجنحة الدجاج باتي
بالكاري



32

تارتات صغيرة بالفطاف
و الكريمة الطازجة



30

شو ميموزا



28

كروكات البطاطا
باللحم المرحي



26

فلفل أحمر حلو ملفوف
باللحم المرحي



24

كعكيات بالجبس



22

كريات بالجمبري
و التوابل



20

بورصات بابيض الدجاج



18

كروكات بالجمبري



48

كروك السيد



46

تارتات صغيرة باليصل



44

ملفوف السباتخ



42

كريب محشية بالسباتخ



40

سنطة الأفوكا



38

تاوست بشرائح الصول
ومزيج الزيتون



36

باتي اللعجة



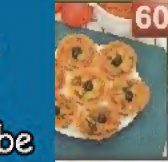
34

سوفلي بالتوتة



60

بيتزا صغير



58

سوفلي بالقرنون



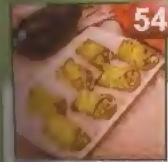
56

كريب محشية باللحم
المرحي



54

ملفوف الباذلجون
بالديك الرومي المرحي



52

كروكات الأرز
باللحم المرحي



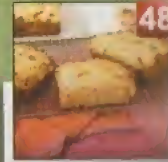
50

سوفلي بالجبس



48

كروك السيدة



أجنحة الدجاج باني بالكاري



- 6 أجنحة دجاج
- 1 بيضة
- ½ كأس خبز
- يابس مرخي
- ½ كأس ماء
- ½ كأس فرينة (سيم)
- 1 ورقة رند
- 1 سنينة ثوم
- كاري
- 1 ملعقة كبيرة زيت
- فلفل أسود
- ملح
- زيت للفلي



- 1- حضري المقادير اللازمة.
- 2- بواسطة سكين، قطعي الأجنحة على اثنين ثم ارفعي اللحم للحصول على شكل فخذ.
- 3- في طنجرة، أفرغي الماء ثم أضيفي 1 ملعقة كبيرة زيت، سنينة الثوم، ورقة الرند، الملح و الفلفل الأسود.
- 4- أضيفي أجنحة الدجاج و اتركها تظهى حتى تتشرب الماء كلياً. بعد الطهي، قطريها ثم ذريها بالكاري.
- 5- رمدىها بالفرن.
- 6- إغطسها في البيضة المخفوقة.
- 7- رمدىها بالخبز اليابس المرخي.
- 8- في مقلاة، إقلي أجنحة الدجاج حتى تكسب اللون الذهبي.



cuisine4arabe

منعة... المشاركة





04

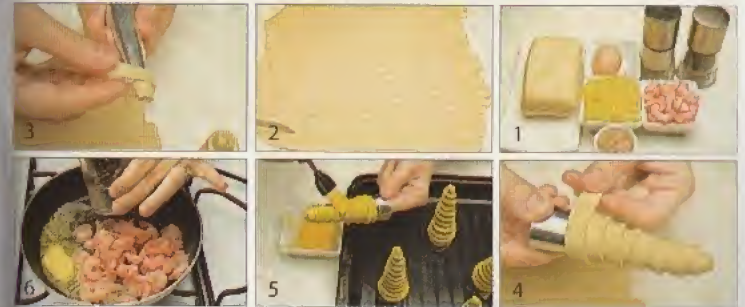
كورنيات بالجمبري

- 100 غ جبن مبشور
- الحشو :
- جوزة الطيب
- 250 غ جمبري
- 1 ملعقة كبيرة زبدة
- فلفل أسود
- ملح



- 250 غ عجينة مورقة
- (أنظر الصفحة 62)
- 1 بيضة مخفوقة
- صلصة البشاميل
- (أنظر الصفحة 63)

- 1- حضري المقادير اللازمة.
- 2- على طاولة عمل مرشوشة بالفرن، أسطي العجينة ثم قطعي شرائط عرضها 1 سم.
- 3- لفّي شريطا من العجينة حول قالب حديدي على شكل كورنييه مدهون بالزيت (قمع).
- 4- واصلّي العملية دون الوصول إلى حافة القالب.
- 5- بواسطة رشّة، إطلّبيها بالبيض المخفوق ثم اطلّبيها في الفرن مدة 20 دقيقة حتى تكسب الكورنيات اللون الذهبي.
- 6- في مقلاة، حمسي الجمبري في الزبدة مع القليل من الملح و الفلفل الأسود.
- 7- في وعاء، أخلطي صلصة البشاميل، الجمبري المطهي، نصف كمية الجبن المبشور و القليل من جوزة الطيب.
- 8- بعد الطهي، إنزعني الكورنيات من القوالب.
- 9- إمليها بالحشو المحضر ثم اغطسي قمة الكورنيات في الجبن المبشور المتبقي.



هامبرغر صغير بالدجاج

- 20 هامبرغر صغير - 4 بصل - 1 أبيض دجاج - 1 فخذ دجاج -
 4 ملاعق كبيرة زيت - فلفل أسود، ملح - قرفة -
 مايونيز - خض -

- 1- قشري البصل و قطعيه إلى شرائح .
- 2- في طنجرة، أفرغي الزيت ثم ضعي الدجاج و البصل.
- 3- أضيفي الملح، الفلفل الأسود و القرفة.
- 4- بواسطة ملعقة خشبية مسطحة، حمسي الكل جيدًا.
- 5- أفرغي ½ كأس ماء و اتركيه يطهى جيدًا حتى يتبخر السائل كلياً.
- 6- في وعاء، ضعي البصل المطهي و فتتي عليه الدجاج.
- 7- أضيفي ملعقتين كبيرتين من المايونيز و اخلطي الكل جيدًا.
- 8- افتحي حبات الهامبرغر



الفاريتاس

الخبز :

- 400 غ فريئة (سيم)
- 1 ملعقة كبيرة زيت
- ½ ملعقة صغيرة ملح
- 1 كأس ماء
- ½ ملعقة صغيرة خميرة الخبز

الحشو :

- 200 غ لحم مرحي
- 2 سنينات ثوم
- 2 ملاعق كبيرة زيت
- ½ كأس ماء
- فلفل أسود، ملح



متعة... المشاركة

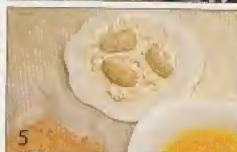


أضيفي القليل من الصلصة المحضرة.
7- أضيفي القليل من الجبن المبشور.
8- إرفعي الجانبين الواحد على الآخر.
9- ثبتيهما بواسطة الكوردون أو سوار خاص بالتزيين (تباع في الأسواق)
ملاحظة : عوض تحضير اللحم يمكنك استعمال اللحم اللبناني الذي يباع في الأسواق (خبز البيتة).

4- حضري الحشو : في طنجرة، حمسي اللحم المرحي، الثوم، الملح والفلفل الأسود في الزيت. أفرغي عليه الماء و اتركه يطهى.
5- أضيفي الطماطم المبشورة و الطماطم المصيرة، أخلطي و اتركها تطهى حتى تعقد الصلصة و يتبخّر السائل كليا.
6- ضعي على كل دائرة من العجينة القليل من الخس، البصل و الطماطم،

1- حضري الخبز : حللي الخميرة في الماء الدافئ ثم أضيفي الفريئة، الملح و الزيت، أخلطي الكل جيدا حتى الحصول على عجينة. أتركها تتخمر مدة 30 دقيقة.
2- على طاولة عمل، أسطي العجينة بسمك 5 مم ثم قطعي دوائر.
3- في مقلاة، إطهي دوائر العجينة من الجانبين حتى تكسب اللون الذهبي.





كروكات البطاطا بالسّمك

- 500 غ بطاطا
- 1 صفار بيضة
- 1 ملعقة صغيرة زبدة
- 1 ملعقة صغيرة زيت الزيتون
- 2 سنينات ثوم مسحوق
- 150 غ شرائح الصول (سمك)
- 1 ملعقة كبيرة كريمة طازجة عاقدة
- ½ ملعقة صغيرة جوزة الطيب
- فلفل أسود، ملح للباقي :
- خبز يابس مرجي
- 2 بيض مخفوق
- فريئة (سيم)
- زيت للقلي



- 1- غلي البطاطا ثم قشريها و مرريها في الطاحونة اليدوية، أخلطها مع الزبدة.
- 2- في مقلاة، إطهي شريحة الصول مع الثوم المسحوق في زيت الزيتون مع القليل من الملح و الفلفل الأسود. بعد الطهي، فتتها.
- 3- في وعاء، ضعي البطاطا المرحية، صفار البيضة، الكريمة الطازجة، جوزة الطيب، الملح، الفلفل الأسود و شريحة الصول المطهية و المفتة.
- 4- بواسطة ملعقة خشبية مسطحة، أخلطي الكل جيداً.
- 5- شكلي كريات بيضوية الشكل ثم رمديها بالقرينة.
- 6- إغطسيها في البيض المخفوق.
- 7- رمديها بالخبز اليابس المرحي ثم ضعها في الشلاجة.
- 8- في مقلاة، سخني الزيت ثم إقلي الكروكات حتى تكسب اللون الذهبي.
- 9- قدميها مرفوقة بالمايونيز و الليمون.

باركات بالجمبري و الكراب



- 3 بصل أخضر
- 200 غ جمبري
- 170 غ كراب
- 3 ملاعق كبيرة
- حشيش مقطع
- ½ كأس صغير زيت
- 1 ملعقة كبيرة عصير الليمون
- 1 ملعقة كبيرة كريمة طازجة
- 1 قرصة ملح
- فلفل أسود



- 1- في مقلاة، حمسي البصل الأخضر المقطع في الزيت.
- 2- أضيفي الجمبري المقشر، الملح و الفلفل الأسود.
- 3- في الأخير، أفرغي عصير الليمون ثم أضيفي الحشيش و اخلطي مرة أخرى.
- 4- في وعاء، ضعي خليط الجمبري، الكراب المقطع إلى دوائر، الكريمة الطازجة و صلصة البشاميل.
- 5- بواسطة ملعقة خشبية مسطحة، أخلطي الكل جيدًا.
- 6- على طاولة عمل مرشوشة



cuisine4arabe
متعة... المشاركة

- 350 غ عجينة مورقة (أنظر الصفحة 62)
- صلصة البشاميل (أنظر الصفحة 63)





14

مولات صغيرة بالتشكتشوكة

- | | | |
|-------------------|-----------------|-----------------|
| - 4 بصل | - 1 رأس ثوم | - ½ ملعقة صغيرة |
| - 3 فلفل حلو أخضر | - 6 ملاعق كبيرة | - فلفل أحمر |
| - 3 فلفل حلو أحمر | - زيت | - فلفل أسود |
| - 4 طماطم حمراء | - بيض | - ملح |



1- قطعي البصل، الطماطم، الفلفل الحلو الأخضر والأحمر إلى قطع صغيرة.

2- في مقلاة، حمسي البصل، الثوم المسحوق، الملح و الفلفل الأسود في الزيت.

3- أضيفي الفلفل الحلو و الفلفل الأحمر، أتركه يطهى.

4- في الأخير، أضيفي الطماطم و اتركها تطهى مرة أخرى.

5- إملئي مولات صغيرة بالخليط المحضر.

6- كسري بيضة على كل مول صغير ثم اطهيا في الفرن.





شو بورغر

عجينة الشو :

- 100 مل حليب
- 90 غ زبدة
- 1 ملعقة كبيرة
- سكر مسحوق
- 1 قرصة ملح
- 3 بيض



- 100 غ فريشة (سيم)

الحشو :

- 300 غ لحم مرعي
- 1 بصلة خضراء مقطعة
- 2 سنينات ثوم
- مسحوقة
- معدنوس مقطع
- فلفل أسود، ملح
- 2 ملاعق كبيرة زيت
- أو زبدة
- 1 قطعة خبز بابت
- مايونيز
- طماطم
- خس

المسحوق، المعدنوس المقطع، الملح، الفلفل الأسود و الخبز المطسوس في الحليب و المعصور، أخلطي الكل جيداً ثم شكلي كريات صغيرة و اطهيها في الزيت أو في الزبدة مع بسطها نوعاً ما.

- 8- بعد طهي جبات الشو، إفتحيها ثم ضعي المايونيز، الخس و الطماطم.

- 9- ضعي كرتة من اللحم المرعي المطهي و قدميها في الحين.

4- إنزعيها عن النار، ضعيها في وعاء ثم أضيفي البيض الواحدة تلو الأخرى مع التحريك بعد كل إضافة.

5- على صينية مفروشة بالسورق الكبريتي و بواسطة لابسش أدوي، ضعي كومات من الخليط المتحصل عليه.

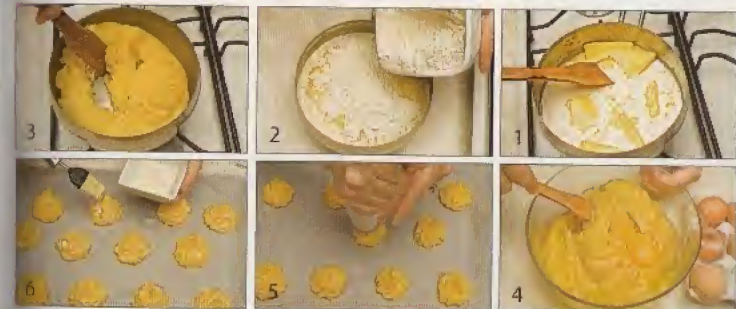
6- إطلي السطح بالحليب ثم اطهيها في الفرن.

7- في حين، حضري الحشو : أخلطي اللحم المرعي، البصل الأخضر المقطع، الثوم

1- حضري العجينة : أفرغي الحليب ثم أضيفي الزبدة المقطعة إلى قطع، الملح و السكر، حركي حتى يذوب الكل.

2- عند الغليّة الأولى، إنزعيها عن النار ثم أضيفي الفريشة مرة واحدة، أخلطي جيداً.

3- ضعيها على نار هادئة مع التحريك دائماً حتى يجف الخليط و يصبح متجانساً (حوالي 3 دقائق).





18

كروكات بالجمبري

- 100 غ خبز يابس
- مرحي
- فلفل أسود
- ملح
- زيت للقلي



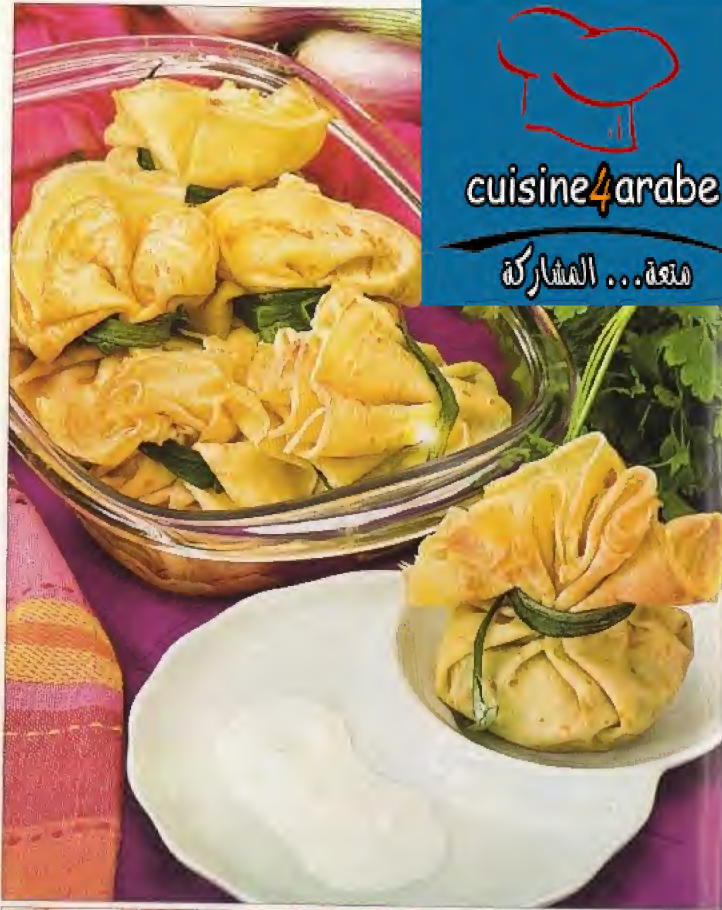
- 1 كأس صغير
- صلصة البشاميل
- (أنظر الصفحة 63)
- 100 غ فرينة
- (سيم)

- 350 غ جمبري
- 1 بصلة خضراء
- مقطعة
- 15 غ زبدة
- 2 بيض مخفوق



- 1- قشري الجمبري ثم انزعجي العرق الأسود و اتركه يجف.
- 2- في مقلاة ، ذوبي الزبدة ، أضيفي الجمبري مع البصل المقطع ، الملح و الفلفل الأسود . أتركه يطهى مدة 5 دقائق.
- 3- أضيفي صلصة البشاميل و اطهي الكل على نار قوية دون التوقف عن التحريك حتى يتبخّر السائل كلياً.
- 4- أفرغي الخليط المتحصل عليه في صحن نوعاً ما عميق و ضعيه في الثلاجة مدة 30 دقيقة.
- 5- أخرجه من الثلاجة ثم بواسطة سكين ، قطعي قطعاً على شكل مستطيلات.
- 6- رمدىها بالفرينة.
- 7- إغطسها في البيض المخفوق.
- 8- رمدىها بالخبز اليابس المرحي.
- 9- في مقلاة ، إقلي الكروكات من الجانبين حتى تكسب اللون الذهبي . قطريها على ورق ماص.





cuisine4arabe
متعة... المشاركة

- 100 غ جبن ذاتب
- أوراق البسباس
- فلفل أسود
- ملح
- التزيين :
- بصل أخضر

- 2 سنينات ثوم
- مسحوقة
- 1 ملعقة صغيرة
- فلفل أحمر
- 3 ملاعق كبيرة
- زيت



بورصات بأبيض الدجاج

- الكريب : أنظر
- الصفحة 56
- الحشو :
- 1 أبيض دجاج
- صغير
- معدنوس مقطع

8- رتبتي الكريب المحشية في صينية فرن. ضعي عليها قطعاً صغيرة من الزبدة ثم اطيها في الفرن لبضع دقائق.

5- في وعاء، ضعي أبيض الدجاج المطهي، المعدنوس المقطع، أوراق البسباس المقطعة و الجبن الذائب، أخلطي جيداً.

6- على صحن مسطح، أفرشي حبة كريب و ضعي القليل من الحشو المحضر في المركز.

7- إرفعي جوانب الكريب و اغلقيها بأعراف البصل الأخضر للحصول على شكل بورصة.

1- حضري الكريب : أنظر الصفحة 56 ثم حضري المقادير الأخرى.

2- في مقلاة، حمسي أبيض الدجاج المقطع إلى مكعبات، الثوم المسحوق، الزيت، الملح و الفلفل الأسود.

3- أفرغي ½ كأس ماء و اتركه يطهى.

4- أضيفي الفلفل الأحمر، أخلطي جيداً ثم اتركه يطهى حتى يتبخر السائل كلياً.



كريات بالجمبري و التوابل



- 1 ملعقة صغيرة
حشيش مقطع
- 1 ملعقة صغيرة
مايزينة
- 1/2 بياض بيضة
- زيت للقلي

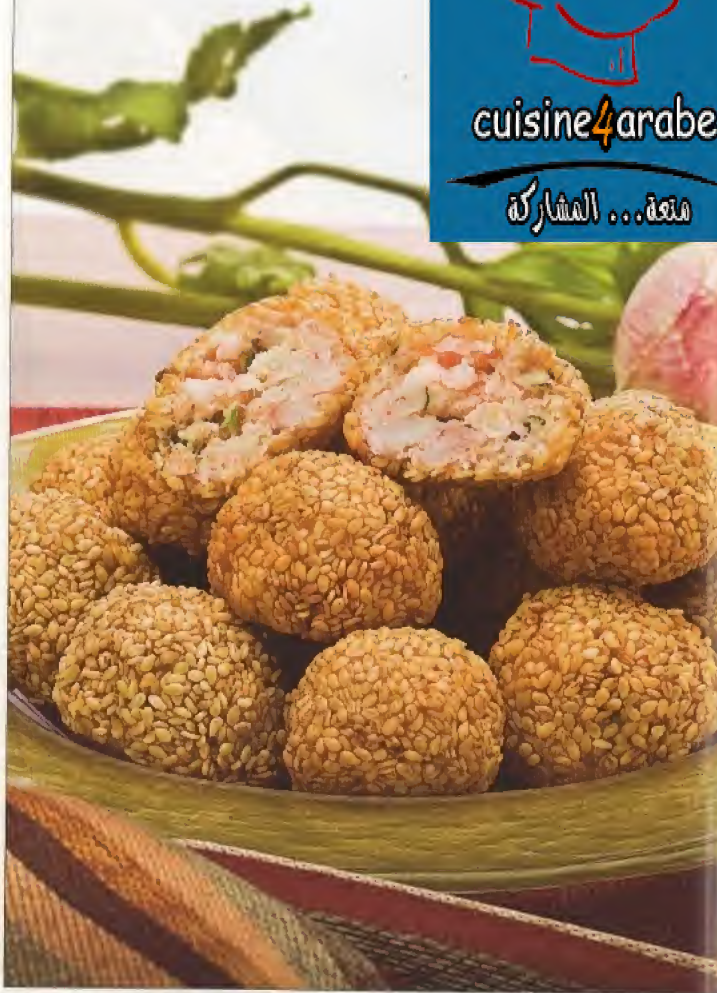
- 1 ملعقة كبيرة زيت
- 1/4 ملعقة صغيرة
ملح
- 2 ملاعق صغيرة
سكر مسحوق
- 100 غ جلجلان

- 750 غ جمبري
- طازج كبير
- 2 سنيئات ثوم
مسحوقة
- 1 سم سكينجبر
- طازج مقطع رقيق

- 1- قشري الجمبري، شلحي
ظهر كل حبة جمبري بواسطة
سكين صغير ثم انزع العرق
الأسود برفق بحافة السكين.
جففيه على ورق ماص.
- 2- مرري الجمبري في الخلاط
للحصول على عسيبة
خشنة. ضعها في وعاء ثم
أضيفي الزيت، الثوم،
السكينجبر، الملح، السكر،
الحشيش و المايزينة.
- 3- أخلطي الكل جيداً
بواسطة ملعقة خشبية
مسطحة.
- 4- أضيفي بياض البيض
المخفوق كالثلج و حركي برفق
حتى الحصول على خليط
متجانس، متماسك و سهل
الاستعمال.
- 5- شكلي كريات ثم رديها
بالجلجلان، ضعها على
صينية ثم ضعها في
الثلاجة مدة 20 دقيقة.
- 6- سخني الزيت ثم اقلي
كريات الجمبري حتى تكسب
اللون الذهبي.



cuisine4arabe
منعة... المشاركة



كعيكعات بالجبين



250 مل ماء
125 غ فريئة
(سيم)

100 غ زبدة
4 حبات بيض كبيرة
250 غ جبن مبشور

1 قرصة ملح
قلقل أسود
زيت للقلي

cuisine4arabe

متعة... المشاركة



- 1- حضري المقادير اللازمة.
- 2- في قدر صغيرة، أفرغي الماء، أضيفي الملح والزبدة، ضعيها على النار حتى تآوب.
- 3- أضيفي الفريئة واخلطي بسرعة بواسطة ملعقة خشبية مبطحة حتى تتنازع البجينة عن جوانب القدر الصغيرة.
- 4- إنزعيها عن النار ثم أفرغي الخليط في خلاط كهربائي.
- 5- أضيفي البيض الواحدة تلو الأخرى واخلطي بعد كل إضافة.

- 6- أضيفي الجبن المبشور واخلطي كذلك.
- 7- أفرغي الخليط المتحصل عليه في وعاء ثم أضيفي القليل من القلقل الأسود، حركي.
- 8- بواسطة ملعقة صغيرة، ضعي كومات من العجينة في الزيت الساخن، إقليها حتى تكسب اللون الذهبي.
- 9- أتركها تقطر جيدًا على ورق ماص ثم قدميها.

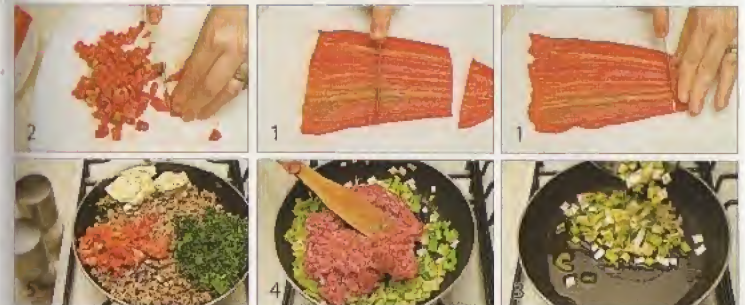




فلفل أحمر حلو ملفوف باللحم المرحي

- | | | |
|----------------------|-------------------------------|----------------------|
| 1 - كغ فلفل أحمر حلو | 2 - 2 ملاعق كبيرة زيت الزيتون | 200 غ لحم مرحي |
| 1 - بصلة خضراء مقطعة | 5 - 5 ملاعق كبيرة معدنوس مقطع | 1 - علبة جبن الحميرة |
| | | فلفل أسود ملح |

- 1- شوطي الفلفل الأحمر، قشريه ثم قطعي مستطيلات.
- 2- قطعي بقايا الفلفل الحلو إلى قطع صغيرة.
- 3- في مقلاة، حمسي البصل الأخضر في زيت الزيتون.
- 4- أضيفي اللحم المرحي و اتركه يهوى.
- 5- أضيفي المعدنوس المقطع، جبن الحميرة المقطر و بقايا الفلفل الأحمر الحلو المقطعة، أخلطي الكل جيّدًا بواسطة ملعقة خشبية مسطحة.
- 6- أبسطي مستطيلًا من الفلفل الأحمر الحلو،





cuisine4arabe

متعة... المشاركة



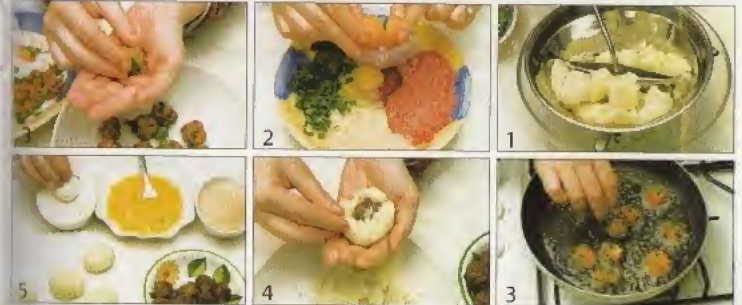
28

كروكات البطاطا باللحم المرحي

- 1,5 كغ بطاطا
- 2 ملاعق كبيرة زبدة
- 3 سنينات ثوم مسحوقة
- 1 كأس صغير فريئة (سيم)
- 2 بيض مخفوق
- 1 كأس خبز يابس مرحي
- ملح
- زيت للقلي
- الحشو :
- 500 غ لحم مرحي
- 1 بيضة
- 1 بصلة مقطعة
- 1 ملعقة كبيرة
- خبز يابس مرحي
- 2 ملاعق كبيرة معدنوس مقطع



- 1- قشري البطاطا، اغسلها ثم قطعها إلى أجزاء، غليها، قطريها ثم مررها في الطاحونة اليدوية. أضيفي الثوم، الزبدة والملح. أتركها على جنب.
- 2- في حين حضري الحشو : في وعاء، أخلطي اللحم المرحي، البيضة، البصلة، 1 ملعقة كبيرة خبز يابس
- 3- شكلي كريات صغيرة من الحشو و اقليها في زيت ساخن.
- 4- شكلي كريات متوسطة الحجم من خليط البطاطا، إحشيها بكريه من اللحم المرحي.
- 5- مررها في الفريئة،





30

شو ميموزا

عجينة الشو :

أنظر الصفحة 16

الحشو :

6 بيض مسلوق

4 ملاعق كبيرة

مايونيز

1 بصلة خضراء

مقطعة

140 غ تونة بالزيت

التزيين :

حليب

جلجلان



و البصل الأخضر المقطع.

7- أضيفي المايونيز

و اخلطي الكل جيداً بواسطة

ملعقة خشبية مسطحة.

8- بعد طهي حبات الشو،

افتحيها بواسطة سكين.

9- إملئيها بخليط التونة ثم

ذريه بصفار البيض المبشور،

ضعي القبعات و قدميها

في الفرن.

1- حضري العجينة : أنظر

الصفحة 16.

2- على صينية مدهونة

بالزبدة، ضعي كومات صغيرة

من العجينة المحضرة بواسطة

لابوش أدوي.

3- بواسطة ريشة، إطلي

السطح بالحليب.

4- ذريه بالجلجلان ثم اطهيه

في الفرن.

5- إنزعي صفار البيض

المسلوق و ابشريه ثم قطعي

بياض البيض إلى قطع

صغيرة.

6- في وعاء، ضعي التونة

المقطعة، بياض البيض





cuisine4arabe

متعة... المشاركة



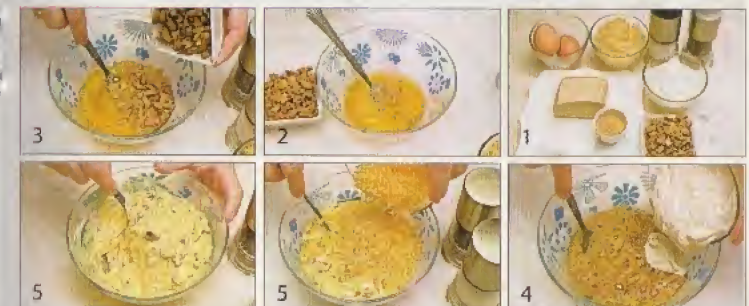
32

تارتات صغيرة بالفقاع و الكريمة الطازجة

- 300 غ عجينة مورقة (أنظر الصفحة 62)
- 2 ملاعق كبيرة كريمة طازجة
- 100 غ فقاع مقطع
- 150 غ غروييار مبشور
- 1/2 ملعقة صغيرة سكنجبير
- 2 بيض
- قفل أسود
- ملح



- 1- حضري المقادير اللازمة.
- 2- في وعاء، أخلطي البيض، الملح و الفلفل الأسود بواسطة شوكة. أضيفي الفقاع المقطع و اخلطي كذلك.
- 3- أضيفي الكريمة الطازجة مع الخلط دائما.
- 4- أضيفي نصف كمية الغروييار المبشور و اخلطي مرة أخرى.
- 5- في الأخير، أضيفي السكنجبير، حركي.
- 6- على طاولة عمل مرشوشة بالفرينة، أبسطي





cuisine4arabe

متعة... المشاركة



34

سوفلي بالتونة

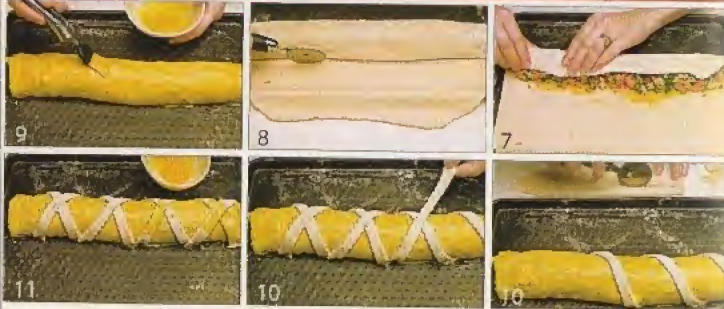
1 - علبة تونة بالزيت
150 غ جبن مبشور
- فلفل أسود

5 - بيض
1 - ملعقة كبيرة فلفل
أحمر

500 غ صلصة
البشاميل (أنظر
الصفحة 63)

1- حضري صلصة البشاميل ثم حضري المقادير الأخرى.
2- في قدر صغيرة و على نار هادئة، ضعي صلصة البشاميل، الفلفل الأسود و الفلفل الأحمر، أخلطي ثم أضيفي التونة المقطعة و اخلطي مرة أخرى.
3- بعيداً عن النار، أضيفي صفار البيض و اخلطي كذلك.
4- أضيفي الجبن المبشور، أخلطي.
5- في الأخير، أخفقي بياض البيض كالثج ثم أضيفيه للخليط الأول وحركي برفق بواسطة ملعقة خشبية مسطحة.





باتي اللحمية

- 300 غ عجينة مورقة (أنظر الصفحة 62)
- 200 غ ديك رومي مرحي (داند)
- 1 بصلة خضراء مقطعة
- 1 ربطة معدنوس
- 2 جزر
- 1/2 كأس جليانة
- 1 ملعقة كبيرة كريمة طازجة
- 2 ملاعق كبيرة زيت
- 1 بيضة
- فلفل أسود
- ملح
- التزيين :
- 1 بيضة



- 1- قشري الجزر ثم قطعيه إلى مكعبات صغيرة و اطهيا بالبخار. إطهي الجليانة بالبخار أيضا.
- 2- في مقلاة، حمسي البصل في الزيت، أضيفي الداند المرحي، الملح و الفلفل الأسود، أتركها على النار حتى يطهى الكل جيداً.
- 3- في وعاء، ضعي الداند المرحي المطهسي، الجزر المطهي، الجليانة المطهية و المعدنوس، أخلطي الكل.
- 4- أضيفي البيضة و اخلطي كذلك.
- 5- أضيفي الكريمة الطازجة و اخلطي مرة أخرى.
- 6- أسطي العجينة بسمك 3 مم، ضعي عليها حريوشا من الحشو المحضر ثم إطلي الحواف ببياض البيض.
- 7- لفي العجينة ثلاث مرات لحماية الحشو جيداً.
- 8- قطععي زائد العجينة بواسطة جراحة.
- 9- إطلي السطح بصفار البيض.
- 10- قطععي أشرطة رقيقة



تاوست بشرائح الصول و مزيج الزيتون



- | | | |
|---------------|-------------------|-------------|
| 1 شريحة صول | 1 - سنيينة ثوم | - ليمون |
| (سمك) | 4 شرائح لب الخبز | - فلفل أسود |
| 2 ملاعق كبيرة | 75 غ مزيج الزيتون | - ملح |
| زيت الزيتون | أوراق البسباس | |



- 1- حضري المقادير اللازمة.
 - 2- قطعي شريحة الصول إلى قطع صغيرة.
 - 3- في وعاء، ضعي قطع شريحة الصول، الثوم المقطع على أربعة، زيت الزيتون، الملح والفلفل الأسود، أخلطي و اتركيه مدة 15 دقيقة.
 - 4- قطعي حواف شرائح لب الخبز.
 - 5- قطعي كل شريحة على إنئين للحصول على مثلثات.
 - 6- إطللي على كل قطعة طبقاً من مزيج الزيتون.
 - 7- ضعي قطعة من شريحة الصول على كل مثلث ثم اطيها في الفرن.
 - 8- قطعي الليمون إلى قطع صغيرة.
 - 9- بعد الطهي، زيني كل مثلث بقطعة من الليمون، القليل من مزيج الزيتون و القليل من أوراق البسباس.
- ملاحظة:** لتحضير مزيج الزيتون، إرحي 200 غ من

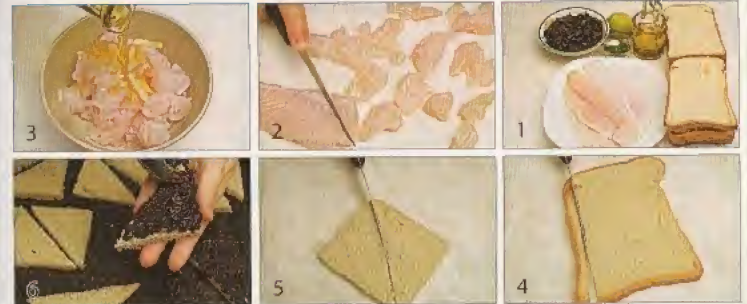


تاوست بشرائح الصول و مزيج الزيتون



- 1 شريحة صول
- (سمك)
- 2 ملاعق كبيرة
- زيت الزيتون
- 1 سنينة ثوم
- 4 شرائح لب الخبز
- 75 غ مزيج الزيتون
- أوراق البسباس
- ليمون
- فلفل أسود
- ملح

- 1- حضري المقادير اللازمة.
- 2- قطعي شريحة الصول إلى قطع صغيرة.
- 3- في وعاء، ضعي قطع شريحة الصول، الثوم المقطع على أربعة، زيت الزيتون، الملح و الفلفل الأسود، أخلطي و اتركيه مدة 15 دقيقة.
- 4- قطعي حواف شرائح لب الخبز.
- 5- قطعي كل شريحة على إثنين للحصول على مثلثات.
- 6- إطللي على كل قطعة طبقية من مزيج الزيتون.
- 7- ضعي قطعة من شريحة الصول على كل مثلث ثم اطيها في الفرن.
- 8- قطعي الليمون إلى قطع صغيرة.
- 9- بعد الطهي، زيني كل مثلث بقطعة من الليمون، القليل من مزيج الزيتون و القليل من أوراق البسباس.
- ملاحظة: لتحضير مزيج الزيتون، إرحي 200 غ من



سلطة الأفوكا

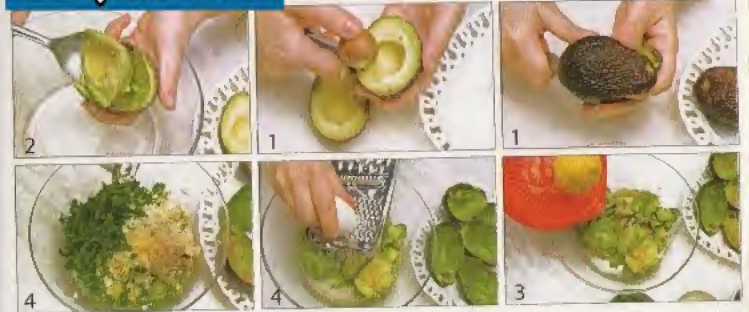


- 3 أفوكا
- 2 سنينات ثوم
- 1 بيضة مسلوقة
- 3 ملاعق كبيرة
- زيت الزيتون
- عصير ليمون
- معدنوس مقطع
- رقيق
- فلفل أسود
- ملح

المحضر.

- 7- زيني بالزيتون، أوراق
- التعنّاع و دائرة
- المايونيز أو زيني بوريده
- من الطماطم.
- ملاحظة: يمكنك تعويض
- الثوم بالبصل المقطع رقيق.

- 1- اغسلي الأفوكا
- و قطعيها على اثنين ثم
- انزعي النواة.
- 2- بواسطة ملعقة، إنزعي
- اللب.
- 3- في وعاء، ضعي لب
- الأفوكا، الثوم المشور،
- الملح، الفلفل الأسود
- و عصير الليمون.
- 4- أضيفي البيضة
- المسلوقة و المبشورة، زيت
- الزيتون و المعدنوس.
- 5- أخلطي الكل جيّدًا
- بواسطة ملعقة خشبية.
- 6- إملي الأفوكا بالخليط





cuisine4arabe

منفعة... المشاركة



42

كريب محشية بالسبانخ

العجينة :

- 1/2 طاس فريزة (سيم)
- 1/2 حتى 1 ملعقة
- صغيرة خميرة كيميائية
- 1/4 ملعقة صغيرة
- فلفل أسود
- 1 قرصة ملح
- 2 ربطات سبانخ
- مطهية بالبخار (سلق)

- 1 قرصة جوزة الطيب
- 1/4 طاس غرويار
- مبشور
- 1 طاس حليب
- 1 بيضة مخفوقة
- الحشو :
- 300 غ لحم مرحي
- 2 ربطات سبانخ
- مطهية بالبخار (سلق)



- فلفل أسود، ملح
- 3 بيض
- 1/4 طاس حليب
- 1/4 طاس جبن
- مبشور
- 2 سنينات ثوم
- 1 ملعقة كبيرة زيت
- التزيين :
- جبن مبشور

- 1- حضري العجينة : في وعاء، ضعي الفريزة المغريلة، الخميرة، الملح، الفلفل الأسود، جوزة الطيب، السبانخ و الغرويار، أخلطي ثم أضيفي الحليب و البيض المخفوق.
- 2- أخفقي الكل جيدًا حتى الحصول على عجينة دون حبيبات، غطيها بالورق الغذائي الشفاف و اتركها تتراح.
- 3- في مقلاة مدهونة بالزيت نوعا ما، أفرغي 1 غراف صغير من العجينة ثم اطهيا من الجانبين.
- 4- حضري الحشو : حمسي اللحم المرحي و الثوم في الزيت مع الملح و الفلفل الأسود. أضيفي السبانخ و البيض، أخلطي ثم أفرغي الحليب و أضيفي الجبن المبشور.
- 5- أخفقي الكل جيدًا.
- 6- ضعي 5 حبات كريب الواحدة على حافة الأخرى.
- 7- أبسطي عليها طبقة من الحشو المحضر ثم لفّي حتى الحصول على حريوش.
- 8- قطعي دوائر، ضعيها على صينية، ذريها بالجبن المبشور ثم اطهيا في الفرن.
- 9- قدميها مرفوقة بصلصة الطماطم.





- ملح
التزيين :
- طماطم صغيرة



- 2 بيض
- 1 حريوش مرتديلا
- فلفل أسود

44

ملفوف السبانخ

- 3 ربطات سبانخ
- 200 غ جبن ذائب
- 1/2 كأس فريضة (سيم)

1- قطعي السبانخ إلى قطع صغيرة ثم اطهيها بالبخار. بعد الطهي، أعصرها ثم قطعيها إلى قطع صغيرة مرة أخرى.
2- في وعاء، أخلطي الفريضة، السبانخ، البيض، الملح و الفلفل الأسود.
3- أفرشي صينية الفرن بالورق الكبريتي ثم ادهنيه بالزيت.
4- أبسطي عليه خليط

السبانخ و سويه جيذاً بواسطة ملعقة خشبية مسطحة ثم اطهيها في الفرن حتى يجف الخليط (راقبي الطهي



تارتات صغيرة بالبصل



- العجينة :
 - 200 غ فريئة (سيم)
 - ¼ ملعقة صغيرة ملح
 - 40 غ زبدة مقطعة
 إلى قطع
 - 2 صفار بيض
 - 4 ملاعق كبيرة ماء
- الحشو :
 - 30 غ زبدة
 - 2 بصل مقطع رقيق
 - 1 ورقة رند
 - 2 أعراف زعيترة
 - 160 مل كريمة
 طازجة
- 4 بيض
 4 صفار بيض
 1 قرصة جوزة الطيب مرحية
 ملح
 فلفل أسود



- 1- حضري المقادير اللازمة.
- 2- حضري العجينة : في وعاء، أخلطي الفريئة، الملح والزبدة ثم أضيفي صفار البيض.
- 3- أفرغي الماء و اجمعي العجينة. غطيها بالورق الغذائي الشفاف و ضعيها في الثلاجة مدة 20 دقيقة.
- 4- في مقلاة، حمسي البصل في الزبدة مع الزعيترة، الرند و الملح حتى يصبح البصل ذهبي اللون.
- 5- في وعاء، أخلطي



- 6- على طاولة عمل مرشوشة بالفريئة، أسطوي العجينة بسلك 2 مم ثم قطعي دوائر.
- 7- أفرشي دوائر العجينة في قوالب صغيرة مدهونة بالزبدة ثم ضعيها في الثلاجة مدة 10 دقائق.
- 8- أخرجيها من الثلاجة ثم ضعي طبقة من البصل

- المطهي.
- 9- غطيها بخليط البيض ثم اطيها في الفرن مدة 12 إلى 15 دقيقة حتى يكسب السطح اللون الذهبي.
- 10- فور إخراجها من الفرن، إنزعيها من القوالب.

- ملاحظة :** يمكنك تعويض البصل بـ 200 غ فثاع مقطع بمزج مع 1 ملعقة كبيرة عصير الليمون و مطهي مع 3 جبات بصل أخضر مقطع و 30 غ زبدة.



cuisine4arabe

منفعة... المشاركة



48

كروك السيد

- شرائح سلامي
- 100 غ غرويار
- مبشور

- لب الخبز
- 2 ملاعق كبيرة
- كريمة طازجة

- 1- إطلي شريحة من لب الخبز بالزبدة. ضعي عليها شريحة من الجبن وعليها شريحة أخرى من السلامي.
- 2- ضعي عليها شريحة أخرى



كروك السيدة

- 1 ملعقة صغيرة
- خردل
- 3 ملاعق كبيرة
- كريمة طازجة

- 1- ذوبي نصف كمية الزبدة ثم إطلي شرائح الدجاج مع القليل من الزبدة، الملح والفلفل الأسود. بعد الطهي، قطعها إلى شرائح باتجاه الطول.
- 2- في نفس المقلاة، أفرغي الكريمة الطازجة و الخردل،





cuisine4arabe

منعة... المشاركة



50

سوفلي بالجبن

- 150 غ غرويبار
مبشور
- 6 بيض

- 1 ملعقة كبيرة
زبدة
- ملح
- جوزة الطيب

- 1 كيس عصيدة
الموسلين (125 غ)
- 2 كؤوس ماء
- 1 كأس حليب

- 1- حضري المقادير اللازمة.
- 2- في قدر صغيرة، أفرغي الحليب و الماء، أضيفي الملح، جوزة الطيب، الزبدة و مسحوق العصيدة، أخلطي بواسطة ملعقة خشبية، أتركها تغلي.
- 3- إنزعي العصيدة عن النار، أتركها تفتقر ثم أضيفي صفار البيض و الغرويبار المبشور، أخلطي بواسطة ملعقة خشبية مسطحة.
- 4- في وعاء آخر و بواسطة الخلاط الكهربائي، أخفقي بياض البيض كالثلج.
- 5- أضيفيه للعصيدة و حركي برفق بواسطة ملعقة خشبية مسطحة.
- 6- إملئي مولات صغيرة مدهونة بالزبدة بالخليط المتحصل عليه، ذريها بالجبن المبشور ثم اطهيها في فرن مسخن درجة حرارته 180° مدة 45 دقيقة.
- 7- قدميه مرفوقا بسلطة خضراء.





كروكات الأرز باللحم المرحي

- 440 غ أرز دائري
- 3 بيض
- 1 صفار بيضة
- 50 غ غرويار مبشور
- فريئة (سيم)
- خبز يابس مرحي
- زيت للقلي
- الصلصة باللحم :
- 150 غ ففأع
- 1 ملعقة كبيرة زيت الزيتون
- 1 بصلة صغيرة مقطعة
- 125 غ لحم مرحي
- 2 ملاعق كبيرة طماطم مصبرة
- 100 مل ماء
- 1/2 ملعقة صغيرة زعيترة
- 3 ملاعق كبيرة معدنوس مقطع رقيق



- 1- غلي الأرز مدة 20 دقيقة في ماء ملح، قطريه دون أن تشلليه و اتركه يبرد.
- 2- في وعاء، أخلطي الأرز، بيضة، صفار البيضة و الغرويار المبشور، أخلطي حتى الحصول على خليط لاصق. غطيه و اتركه على حدى.
- 3- حضري الصلصة باللحم : في مقلاة، حمسي البصل، الففأع المقطع رقيق و الزيت مدة دقيقتين إلى ثلاث
- دقائق.
- 4- أضيفي اللحم المرحي ثم الطماطم المصبرة، كأس ماء، الزعيترة و الفلفل الأسود. حركي على النار حتى يتبخر السائل كليا.
- 5- أضيفي المعدنوس و اتركها تبرد.
- 6- شكلي كريات من الأرز، إحفرها ثم ضعي في وسط كل واحدة الصلصة باللحم، شكلي الكريات مرة أخرى.
- 7- مررهما في الفريئة،





cuisine4arabe

متعة... المشاركة



54

ملفوف الباذنجان بالديك الرومي المرحي

- 4 باذنجان
- 1 فلفل أحمر حلو
- 1 طماطم
- 2 سنينات ثوم
- 1 ليمونة
- 1 بصلة خضراء
- 2 ملاعق كبيرة زيت
- 200 غ ديك رومي
- مرعي (داند)
- معدنوس مقطع
- فلفل أسود
- ملح
- زيت للقلي

1- قطعي الباذنجان إلى شرائح باتجاه الطول، أتركها تقطر ثم اقليها في زيت ساخن. قطريها على ورق ماص.

2- في مقلاة، حمسي البصل و الثوم المبشور في 2 ملاعق كبيرة زيت، أضيفي الديك الرومي المرحي، الملح و الفلفل الأسود. أتركه يطهى.

3- أضيفي الطماطم و الفلفل الحلو المقطعين إلى قطع صغيرة ثم أفرغي عليها

عصير الليمون، أتركها تطهى حتى يتبخر السائل كلياً. أطفئي النار ثم أضيفي المعدنوس المقطع، أخلطي كذلك.

4- ضعي القليل من الحشو على حافة شريحة الباذنجان.

5- لفها و اغلقي على الحشو جيداً.

6- ثبتها بواسطة كوردون.



كريب محشية باللحم المرحي

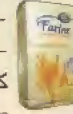


cuisine4arabe

متعة... المشاركة



- الكريب :
- 3 بيض
- ½ لتر حليب
- ½ كأس زيت
- ½ كيس خميرة
كيمائية
- 400 غ فريئة (سيم)
- الحشو :
- 250 غ لحم مرحي
- 1 بصلة خضراء
- ½ ملعقة كبيرة
كمون
- ½ ملعقة كبيرة فلفل
أحمر



- 1- حضري الكريب : بواسطة الخلاط الكهربائي، أخفقي البيض، الحليب والزيت، أضيفي الفريئة والخميرة. غطيها و اتركها ترتاح مدة ساعة. في مقلاة مدهونة بالزيت، أفرغي غراقا من عجينة الكريب، إطهبيها من الجانبين.
- 2- في مقلاة، حمسي البصل الأخضر المقطع في الزيت، أضيفي اللحم المرحي، الملح، الفلفل الأسود، الكمون والفلفل الأحمر. أفرغي ½ كأس من الماء و اتركه يطهى جيّداً.
- 3- أضيفي الفقع المقطع و اتركه يطهى مرة أخرى. بعد الطهي، ضعي الخليط في وعاء ثم ارحي الكل بواسطة خلاط كهربائي.
- 4- ضعي حبات الكريب الواحدة على حافة الأخرى ثم أسطي طبقة من الحشو المحضر.
- 5- لفّي الكل حتى الحصول على حبوب.
- 6- قطعي دوائر ثم ضعيها على صينية فرن.
- 7- ذريها بالجبن المبشور ثم اطيها في فرن متوسط (اطهي السطح فقط) مدة 10 دقائق.



سوفلي بالقرنون

8 قاع قرنون
1 طاس صلصة
البيشاميل (أنظر
الصفحة 63)

1 صفار بيضة
2 بياض بيض
50 غ غرويبار
مبشور



- فلفل أسود
- ملح
- عصير ليمونة

- 1- غلي قاع القرنون في الماء مع عصير الليمون، قطريها ثم حضري المقادير الأخرى.
- 2- أضيفي الملح و الفلفل الأسود لقاع القرنون.
- 3- في وعاء، أخلطي صلصة البيشاميل و صفار البيضة.
- 4- أضيفي نصف كمية الغرويبار المبشور.
- 5- في وعاء آخر و بواسطة الخلاط الكهربائي، أخفقي بياض البيض كالثلج.
- 6- أضيفيه للخليط الأول و حركي برفق.
- 7- إملئي قاع القرنون بالخليط المحضر.



cuisine4arabe

متعة... المشاركة



بيزا صغيرة

العجينة :

250 غ فريضة (سيم)

1 ملعقة صغيرة خميرة خبز

3 ملاعق كبيرة زيت

1/2 كأس حليب

1 قرصة ملح

- 1/2 ملعقة صغيرة

سكر مسحوق

صلصة الطماطم :

- 5 حبات طماطم

حمراء

- 1 ملعقة كبيرة

طماطم مصبرة

- 3 ملاعق كبيرة

زيت

- 1 رأس ثوم

- زيتونة، رند

- فلفل أسود، ملح

التزيين :

- 150 غ ففأع

- 150 غ زيتون أسود

- 150 غ غرويارد

مبشور

- زيت الزيتون



1- حضري العجينة : حلي الخميرة في الحليب الدافئ مع السكر. في إناء، ضعي الفريضة، ضعي حفرة في الوسط ، أفرغي الخميرة، الزيت و الملح، إجمعي العجينة (أضيفي الماء إذا كان ذلك ضروريا). أتركها تتخمر في مكان دافئ.

2- حضري صلصة الطماطم : إطهي الطماطم بالبخار ثم ارجيها. في طنجرة، ضعي الزيت، الثوم المسحوق، الرند، الزعيترة، الفلفل الأسود و الملح، حمسي جيدا ثم أضيفي الماء، الطماطم

المسحوقة و الطماطم المصبرة. حركي على نار هادئة حتى الحصول على صلصة عاقدة. 3- على طاولة عمل، أبسطي العجينة، أفرشيها في مولات صغيرة ذات قاع متحرك ثم اثقي العجينة بواسطة شوكة. أفرغي صلصة الطماطم و زينيها بالففأع.

4- زينيها بزيتونة سوداء في الوسط و ذريها بالغرويارد المبشور.

5- ذريها بأعشاب البروقانس ثم اطيها في الفرن.

6- فور إخراجها من الفرن،



cuisine4arabe

متعة... المشاركة



كيف تحضرين العجينة المورقة ؟

المقادير :

- 300 غ فريئة (سيم)
- 150 غ مارجرين للتوريق
- ½ كأس ماء، 1 قرصة ملح



1- أبسطي المارجرين بين الورق الغذائي الشفاف



2- غطيها و اتركها ترتاح مدة 15 دقيقة.



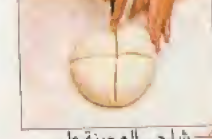
3- أخلطي الفريئة والملح ثم اجمعي بالماء.



4- غطي المارجرين بالعجينة.



5- أبسطي العجينة و ضعي المارجرين على القاعدة



6- شلحي العجينة على شكل (+).



7- اواصل العملية.



8- أبسطي العجينة.



9- إثني العجينة على ثلاثة.



10- تتحصلين على هذه العجينة.



11- أبسطي العجينة مرة أخرى.



12- تتحصلين على هذا الشكل.

ملاحظة : كرري العملية 5 مرات، دون النسيان في كل مرة أن تغلفي العجينة بالورق الغذائي الشفاف و أن تضعيها في الثلاجة مدة 30 دقيقة.

كيف تحضرين صلصة البيشاميل ؟



- 1 لتر حليب
- 80 غ فريئة (سيم)
- 80 غ زبدة
- 1 ملعقة صغيرة جوزة الطيب
- 50 غ جبن مبشور
- فلفل أسود
- ملح



1- ذوبي الزبدة، أضيفي الملح و الفلفل الأسود.



2- أضيفي الفريئة و اخلطي.



3- أفرغي الحليب الساخن مع التحريك دائما، أضيفي جوزة الطيب و الجبن المبشور.

ملاحظة : في الكيفيات المقدمة في هذا الكتاب، يمكنك تعويض الكريمة الطازجة بالياغورت الطبيعي.





GRUPE SIM

النشاط الصناعي مركز بن بوعبد المنيعة - ولاية البليدة - الجزائر
Z1, centre de Ben boulaïd, Bida w Bliida - Algérie Tél: 025 360 162 / 64 - Fax: 025 360 165 www.grupesim.com



Nouveau



cuisine4arabe

متعة... المشاركة



Vous trouverez chez votre libraire dans la même Edition